



Nombre de alumno: Karla Jazmín Aguilar Díaz

Nombre del profesor: Javier Iván Godínez

Nombre del trabajo: Unidad II: Manejo de
sentimientos y emociones

Materia: Desarrollo Humano

Grado: 6°

Grupo: A

Licenciatura en enfermería

Comitán de Domínguez Chiapas a de 11 de Junio de 2021

Diferencia entre emoción y sentimiento

Emoción

Respuestas químicas y neuronales con patrones distintivos producidas por el cerebro al detectar un estímulo



Sentimiento

Evaluación consciente del estado corporal en una respuesta emocional, es un estado consciente

Distingue

Personales
Sociales
Espirituales
y estéticos



Clasificación

M. Scheller: sensibles, vitales, psíquicos, espirituales
Youg: Simples, Orgánicos, de Actividad, De actividades sociales



Teorías psicológicas

Wundt -> Fisiológico
James -> conciencia-> emoción
Watson -> Medio
Freud-> Descargas instintivas del ello



Mecanismo fisiológico

Foco de excitación -> Concentración de conciencia -> Fijación en el excitante -> Manifestaciones fisiológicas por SNA -> Actos irracionales

Comparación

Reacción a estímulo es emoción
Reacción a idea es sentimiento
Sentimientos -> Necesidades sociales
Emoción -> Necesidades orgánicas
Emoción circunstancial
Sentimiento permanente

Sentimientos básicos

Aprende a contactar con tu silencio interior y entérate de que todo en el mundo tiene un motivo.

No hay errores ni coincidencias. Todos los acontecimientos son bendiciones para que aprendamos

Clasificación	
Izard	Ekman
Interés	Tristeza
Alegría	Alegría
Sorpresa	Ira
Angustia	Miedo
Ira	Asco
Asco	Rabia
Desprecio	
Vergüenza	
Culpa	
Miedo	

El miedo nace de la protección

La sorpresa de la exploración

La rabia o ira de la autodefensa.

La alegría de la afiliación

El asco del rechazo

La reintegración da paso a la tristeza



Sentimientos que obstaculizan el desarrollo humano

LA INCAPACIDAD DE VIVIR LIBREMENTE,
ESPERANDO LO PEOR, O SIENDO
INCAPAZ DE EXPRESARSE

Inseguridad:
métodos para
Protegerse
Timidez/Orgullo

Ansiedad
Parálisis al
futuro, temor



Miedo a ser uno
mismo
No expresar la
personalidad
individual (portar
mascaras)

Incapacidad de
cambiar
Quedarse en la
zona de confort

Necesidad de reconocimiento
Buscarlo por sobre todo es negativo

Existen sentimientos que promueven el desarrollo humano, pero es complicado prestar atención a estos por ser poco evaluables, además, los gestos corporales son similares, siendo esta reconocida como la sonrisa Duchenne: las comisuras bucales ascienden, la musculatura periorbitaria se contrae de forma involuntaria, los pómulos se alzan y aparecen pequeñas arrugas en las comisuras oculares



Bibliografía

UDS. 2021. Antología de Desarrollo Humano. Utilizada el 07 de junio de 2021. PDF.

Unidad II